



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**  
Аллергия (Ю) (1,5-3 лет)  
09.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	150г	97.125
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	242.325
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	30г	30.6
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	180г	224.64
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	180г	60.333
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		630г	460.773
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	253.474
Итого за день		1800г	1222.762

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

Аллергия (К) (1,5-3 лет)  
10.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	252.15
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Борщ вегетарианский с капустой и кабачком	180г	49.551
	Рис отварной с растительным маслом	180г	267.864
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		600г	462.615
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	479.19
Итого за день		1770г	1460.145

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



Аллергия (Ж) (1;5-3 лет)  
11.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	150г	97.125
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	242.325
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Свекла отварная дольками А	30г	12.6
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	180г	224.64
	Щи вегетарианские из свежей капусты с кабачком	180г	43.818
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		630г	426.258
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	253.474
Итого за день		1800г	1188.247

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"



Михеенко И.В.

Аллергия (К) (1,5-3 лет)  
12.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	252.15
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Свекольник вегетарианский с кабачком	180г	52.251
	Рис отварной с растительным маслом	180г	267.864
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		600г	465.315
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	479.19
Итого за день		1770г	1462.845

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (1, 5-3 лет)  
15.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	150г	97.125
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	242.325
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Икра свекольная	30г	32.405
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	180г	224.64
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	180г	60.333
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		630г	462.578
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	253.474
Итого за день		1800г	1224.567

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (1-5-3 лет)

16.01.2024



Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	252.15
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
	Итого за ЗАВТРАК №2		150г
ОБЕД	Борщ вегетарианский с капустой и кабачком	180г	49.551
	Рис отварной с растительным маслом	180г	267.864
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		600г	462.615
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	479.19
Итого за день		1770г	1460.145

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (1,5-3 лет)  
17.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	150г	97.125
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	242.325
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	30г	30.6
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	180г	224.64
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	180г	60.333
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
	Итого за ОБЕД		630г
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
	Итого за ПОЛДНИК		210г
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	253.474
Итого за день		1800г	1222.762

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (1,5-3 лет)

18.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	252.15
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Свекла отварная дольками А	30г	12.6
	Щи вегетарианские из свежей капусты с кабачком	180г	43.818
	Рис отварной с растительным маслом	180г	267.864
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		630г	469.482
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	479.19
Итого за день		1800г	1467.012

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Мурзеев И.В.



**МЕНЮ**

Аллергия (К) (1,5-3 лет)  
19.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	150г	97.125
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	242.325
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	180г	224.64
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	180г	60.333
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		600г	430.173
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	253.474
Итого за день		1770г	1192.162

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



**МЕНЮ**

Аллергия (К) (1,5-3 лет)

22.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	252.15
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Щи вегетарианские из свежей капусты с кабачком	180г	43.818
	Рис отварной с растительным маслом	180г	267.864
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		600г	456.882
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	479.19
Итого за день		1770г	1454.412

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



**МЕНЮ**  
Аллергия (К) (1,5-3 лет)  
23.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	150г	97.125
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	242.325
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	30г	30.6
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	180г	224.64
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	180г	60.333
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		630г	460.773
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	253.474
Итого за день		1800г	1222.762

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



Аллергия (К) (1,5-3 лет)

24.01.2024\*

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	252.15
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Борщ вегетарианский с капустой и кабачком	180г	49.551
	Рис отварной с растительным маслом	180г	267.864
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		600г	462.615
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	479.19
Итого за день		1770г	1460.145

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам.директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**

Аллергия (К) (1,5-3 лет)

25.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	150г	97.125
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	242.325
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Свекла отварная дольками А	30г	12.6
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	180г	224.64
	Щи вегетарианские из свежей капусты с кабачком	180г	43.818
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		630г	426.258
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	253.474
Итого за день		1800г	1188.247

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



Аллергия (К) (1,5-3 лет)  
26.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	252.15
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Свекольник вегетарианский с кабачком	180г	52.251
	Рис отварной с растительным маслом	180г	267.864
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		600г	465.315
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	479.19
Итого за день		1770г	1462.845

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



**МЕНЮ**  
Аллергия (К) (1-5-3 лет)  
29.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	150г	97.125
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	242.325
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Икра свекольная	30г	32.405
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	180г	224.64
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	180г	60.333
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		630г	462.578
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	253.474
Итого за день		1800г	1224.567

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.



Аллергия (К) (1,5-3 лет)

30.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" из кукурузной и рисовой крупы на воде с растительным маслом	150г	106.95
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	252.15
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Борщ вегетарианский с капустой и кабачком	180г	49.551
	Рис отварной с растительным маслом	180г	267.864
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		600г	462.615
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Капуста тушеная-А	180г	333.99
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	479.19
Итого за день		1770г	1460.145

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)





УТВЕРЖДАЮ

МАОУ ЦО "Лицей ИНТЕГРАЛ"

Михеенко И.В.

**МЕНЮ**  
Аллергия (К) (1,5-3 лет)  
31.01.2024

Прием пищи	Блюдо	Выход	Калорийность
ЗАВТРАК	Каша жидкая рисовая на воде с растительным маслом	150г	97.125
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ЗАВТРАК		390г	242.325
ЗАВТРАК №2	Банан	150г	142.5
Итого за ЗАВТРАК №2		150г	142.5
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	30г	30.6
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом	180г	224.64
	Суп овощной вегетарианский с рисовой крупой и кабачком	180г	60.333
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за ОБЕД		630г	460.773
ПОЛДНИК	Вода кипяченая	180г	--
	Сухарики из пшеничного хлеба	30г	123.69
Итого за ПОЛДНИК		210г	123.69
УЖИН	Рагу из овощей с кабачком	180г	108.274
	Вода кипяченая	180г	--
	Хлеб пшеничный	60г	145.2
Итого за УЖИН		420г	253.474
Итого за день		1800г	1222.762

(должность)

(подпись)

(расшифровка подписи)